Lamm-Pilaw

Pilaw-Reis ist ein altes orientalisches Schmorgericht aus Langkornreis. Im Gegensatz zu einem Risotto soll der Reis locker und körnig bleiben, darum wird Reis mit einem tieferen Stärkeghalt verwendet und der Reis wird während dem Garen nicht umgerührt, damit die Stärke möglichst nicht aus dem Korn gelöst wird.

Für ein Pilaw kann Reis nur in einem würzigen Sud gekocht, und als Beilage zu Gemüse- oder Fleischgerichten serviert werden. Bei der alten, traditionellen Zubereitungsart, wird aber zuerst ein Ragoût mit viel Brühe gekocht. Erst wenn das Fleisch fast gar ist, wird Reis und Gemüse beigefügt und alles zusammen fertig gegart. Dabei sollte die Flüssigkeitsmenge so bemessen sein, dass zum Schluss fast alle Flüssigkeit vom Reis aufgenommen ist und ein feuchter, aber nicht mehr flüssiger Eintopf aufgetischt werden kann.

siehe auch: Pilaw-Reis</i>

Zutaten (3-4 Portionen)

400g	Lammvoressen kleingeschnitten
180g	Langkornreis (Basmati, parboiled Reis)
1	grössere Zwiebel
2	Knoblauchzehen
5	Lorbeerblätter
6	Nelken
1Tl	schwarzer Pfeffer ganz
2	Zweige frischer Rosmarin
1El	Mehl
1dl	Weisswein
4dl	Hühnerbouillon
12cm	Lauch
2	kleine Peperoni

1/2	Peperoncino
1Tl	Kurkuma
	Bratbutter

Zubereitung

Lammvoressen mit Mehl bestäuben und in mässig heisser Bratbutter portionenweise anbraten. Damit das Fleisch kein Wasser zieht, darf es nur locker in der Bratpfanne liegen. Angebratenes Fleisch in einen Schmortopf geben.

Zwiebel grob hacken und in der gleichen Pfanne 3-4 Minuten anrösten. Bei Bedarf noch etwas Bratbutter zugeben. Mit Weisswein ablöschen und etwa auf die Hälfte einreduzieren und zum Fleisch geben. Knoblauch grob hacken und zugeben.

Fleisch mit der Hühnerbouillon übergiessen. Pfeffer im Mörser grob zerstossen, zusammen mit Lorbeer, Nelken und Rosmarin in ein Gewürzsäcklein füllen und in den Schmortopf legen. Zugedeckt 1 1/2 Stunden leicht köcheln lassen.

Lauch, Peperoni und Peperoncino zu kleinen Würfelchen schneiden. Reis unter kaltem Wasser abspülen. Damit wird Reisstärke weggewaschen und der Reis bleibt beim Kochen körniger.

Das Gewürzsäcklein aus dem Schmortopf nehmen, das kleingewürfelte Gemüse, Reis und Kurkuma zugeben. Zugedeckt nochmals 25 Minuten ohne zu rühren leicht köcheln lassen. Die Brühe sollte zum Schluss ganz vom Reis aufgenommen sein. Gegen Schluss der Garzeit die Konsistenz des Eintopfes prüfen, allenfalls noch etwas Bouillon nachgiessen, damit der Reis nicht anbrennt.

Die Gewürze im Teebeutel zugeben